



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS  
1º LIGA DE FIGURAS Y RUTINAS DE NATACION ARTISTICA DE  
LA COMUNIDAD VALENCIANA**

**A CELEBRAR EL DOMINGO 10 DE NOVIEMBRE  
DE 2024  
EN LA PISCINA OLÍMPICA DE CASTELLÓN**

**HORARIO:**

**DOMINGO:**

Por la mañana:

A las 08:00h entrada a la instalación

- A las 08:15h calentamiento Figuras Infantil

COMPETICIÓN FIGURAS INFANTIL: de 09:00h a 11:00h

- A las 11:00h calentamiento Figuras Alevín

COMPETICIÓN FIGURAS ALEVIN: de 11:45h a 13:45h

Por la tarde:

A las 15:00h Entrada a la instalación

- A las 15:15h calentamiento Solo Técnico Junior, Solo Técnico Junior Masculino y Solo Libre Senior

COMPETICIÓN SOLO TÉCNICO: de 15:45h a 16:15h

COMPETICIÓN SOLO TÉCNICO MASCULINO: de 16:15h a 16:20h

COMPETICIÓN SOLO LIBRE SENIOR: de 16:20h a 16:40h

- A las 16:45h calentamiento Dúo Técnico Junior y Dúo Libre Senior

COMPETICIÓN DÚO TÉCNICO JUNIOR: de 17:30h a 18:00h

COMPETICIÓN DÚO LIBRE SENIOR: de 18:00h a 18:20h



- A las 18:30h calentamiento Equipo Técnico Junior

COMPETICIÓN EQUIPO TÉCNICO JUNIOR: de 19:00h a 19:30h

A las 19:30h reuniones con las DTCs de las explicaciones de Base Mark en las rutinas

## **REUNIÓN.**

A las 8:30h se realizará una reunión con los delegados y el Juez Árbitro de la competición. Tanto el sábado como el domingo

## **CALENTAMIENTOS.**

Todos los calentamientos finalizaran cinco minutos antes del inicio de la competición.

Deben respetarse los horarios de calentamiento para cada una de las categorías.

Se solicita máxima puntualidad para poder iniciar el campeonato a la hora establecida.

En la zona de competición solo estarán las participantes que estén realizando la pruebas en ese momento, el resto permanecerán en las zonas reservadas para los/as participantes.

A los 10 minutos del inicio del calentamiento de rutinas se realizará un minuto de pase de música, según el orden de salida.

Durante el transcurso de la competición el horario puede sufrir modificaciones

## **FNCV.**